



Turnhallenplan 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
Offen für Alle 07:00 - 09:00	Offen für Alle 07:00 - 09:00	Offen für Alle 07:00 - 09:00	Offen für Alle 07:00 - 09:00	Offen für Alle 07:00 - 09:00		
Pilates 09.00 - 09.50	GLA:D 09.00 - 10.00	Sling functional Training 09.00 - 09.50	Pilates 09.00 - 09.50	Medical Training für Senioren 09.00 - 09.50 ab 01.03.24		
Rückenfit 10.00 - 10.40	Dance2Bfit mit Patricia 10.00 - 11.00	Offen für Alle 10.00 - 10.30	Offen für Alle 09.50 - 14.00	GLA:D 10.00 - 11.00		
Offen für Alle 10.40 - 18.00	Offen für Alle 11.00 - 17.55	Parkinson-Gruppe 10.30 - 11.30		Pulmo Fit 14.00 - 14.40		Offen für Alle 11.00 - 19.00
		Offen für Alle 11.30 - 17.00				
Crosstraining Stronger & FASTER 18.05 - 18.55	GLA:D 18.00 - 19.00	FC H'buchsee Wintertraining 18.00 - 19.00 31.01.-28.02.	Crosstraining Stronger & FASTER 18.05 - 18.55			
Pilates 19.00 - 19.50	Yoga 19.00 - 20.00	Dance2Bfit mit Patricia 19.00 -20.00	Pilates 19.00- 19.50	FC Gerlafingen Wintertraining 19.00 - 20.00 26.01./09.02./16.02./ 01.03./08.03.		
Mobility Fasziengruppe 20.00 - 20.50	Kniegruppe (späte Reha) 20.00 - 20.45	FC Subingen Wintertraining 20.00 - 21.00 31.01./07.02./14.02./ 21.02./28.02.	FCS Senioren Wintertraining 19.55 - 20.55 07.12./14.12./21.12./1101./1 8.01./25.01/01.02./15.02./22. 02./29.02.			